KOOLIMAJA KUTSUB LIIKUMA!

Näiteid liikumist toetavatest ruumilistest lahendustest







SAATEKS

Kool on koht, kus 1. septembril jagatakse lastele aabitsaid. Aabits ja selle kaudu omandatav lugemis- ja kirjaoskus on olnud üks olulisi kooli sümboleid. Samas tähistab kaasaegne arusaam kirjaoskajast palju enamat kui lugemis- või arvutamisoskustega inimest. Kirjaoskuse mõiste on laienenud muu hulgas tervisekirjaoskusele ja kehalisele kirjaoskusele. Kui tervisekirjaoskus hõlmab oskusi teha oma elus tervislikke otsuseid, siis kehaline kirjaoskus tähendab erinevate liikumistegevuste oskusi ja enesekindlust nende sooritamisel ning tervisliku liikumise motivatsiooni. Kõik need oskused ja omadused on kehaliselt aktiivse eluviisi eeldused. Kehalisele kirjaoskusele pannakse alus lapsepõlves ja koolieas. Uuringud näitavad, et kui laste liikumisvõimalused on piiratud ja neil ei ole seetõttu võimalik omanda liikumisrõõmul põhinevat kehalist kirjaoskust, siis kalduvad nad hilisemas elus väheaktiivse ja ebatervislikuma eluviisi poole – seega leiab ka kehalise kirjaoskuse osas kinnitust tuntud vanasõna „Mida Juku ei õpi, seda Juhan ei tea“. Kuna koolielu juhib suurel määral laste ja noorte igapäevast tegevust, on koolil suurepärane võimalus ja oluline roll liikumisvõimaluste loomisel ja kehalise kirjaoskuse kujundamisel.

Vaevalt kahtleb keegi selles, et igapäevane liikumine on laste tervise oluline nurgakivi. Ometi on Eesti õpilaste seas vähem kui viiendik neid, kes liiguvad oma tervise ja elukvaliteedi seisukohalt piisavalt – iga päev vähemalt tund aega mõõduka kuni tugeva intensiivsusega[1,2]. Kool saab liikumisvõimalusi pakkudes aidata lastel üles leida liikumisrõõmu ja laduda kehalise kirjaoskuse vundamenti. Kui esmapilgul võib tunduda, et kehalise kirjaoskuse kilbile tõstmine on üks paljudest moodsa elu veidrustest, mille arendamist püütakse kooli õlule veeretada, tasub kaaluda, mida koolil on sellest võita. Nimelt lisandub iga päevaga teadusuuringuid, mis kinnitavad, et liikumine toetab ja arendab õppimise jaoks keskseid tähelepanu-, mälu- ja infotöötlusprotsesse, soodustab töörahu tunnis ja paremaid omavahelisi suhteid. Seega aitab liikumine igati kaasa kooli hariduslike eesmärkide saavutamisele.

Käesoleva väljaande eesmärk on innustada meid kõiki kaasa mõtlema, milliseid turvalise liikumise võimalusi saab koolikeskkond pakkuda, toetamaks laste ja noorte mitmekülgset heaolu – paremat füüsilist tervist, paremaid õpilastevahelisi suhteid ja paremat õpivõimet.

Aave Hannus ja Merike Kull
Tartu Ülikooli kehakultuuriteaduskonna
liikumisharrastuse käitumuslik probleemlabor

1 Aasvee K, Rahno J. Eesti kooliõpilaste tervisekäitumise uuring. 2013/2014. õppeaasta. Tabelid. Tervise Arengu Instituut: Tallinn, 2015.

2 Kovacs E, Siani A, Konstabel K, Hadjigeorgiou C, de Bourdeaudhuij I, Eiben G et al. Adherence to the obesity-related lifestyle intervention targets in the IDEFICS study. Int J Obes 2014; 38: S144–51.

KOOLIKESKKOND, LIIKUMINE JA HEAOLU – MIDA TÄHELE PANNA?

Sissejuhatus – märkama õppimine
Milline on mõnus, liikuma tõmbav ja lõõgastust pakkuv kooliruum? Millest peaks selle loomisel lähtuma? Mida võiks teada ruumi kasutaja omaduste ja füüsilise keskkonna seoste kohta? Kuidas panna ruum vastama nii õpilaste kui ka õpetajate mitmekesistele vajadustele koolipäeva jooksul?

Käesolev kirjatükk pakub teemasid, millest ruumi luues mõelda ja mida ruumi ja kasutaja seose juures märgata. Keskkonna-indiviidi seose juures püüame mõelda ruumist terviklikult – nii, et see toetaks võimalikult mitmekesiseid vajadusi koolipäeva jooksul. Arutleme, miks on teatud funktsioone kooliruumis üldse õppijale vaja ning kuidas need seostuvad õppija omadustega – teisisõnu, miks need töötavad.

Keskkonnatajust liikumisaktiivsuse kontekstis
Inimene on oma keskkonnas aktiivne tajuja. Ühelt poolt annab meie tajukogemus meile informatsiooni selle kohta, mis laadi aktiivsust ruum võimaldab. Teiselt poolt annab ruumis liikumine, perspektiivide muutmine ja tegutsemine ruumi võimaluste ja omaduste kohta pidevalt lisainfot – aktiivsus kõige üldisemas mõttes võimaldab oma ruumi mitmekesisemalt ja erinevamatest nurkadest tajuda. Teisisõnu loob ka aktiivsus meie tajukogemust ruumist. Keskkonnataju kogemus sõltub kogejast, olles seega kasutajaspetsiifiline – see, mida kaheksa-aastane laps, viieteistaastane nooruk või nende mõlema õpetaja tajub ruumis mänguvõimalusena või üksluisusena, ohtliku või mugavana, on väga erinev. Keskkonna omadusi tajuvad nii lapsed kui ka täiskasvanud seostatuna nende endi tegutsemisvõimalustega[1,2]. Nii ei pruugi väike laps tajuda pingina pinda, mis pisut kõrgemast vaatenurgast tundub istumiskõlbulik, ning teatud kõrgusega trepiastmed võivad mõnele tajujale olla hirmutavad. Samuti on eri paiku võrdlevates uuringutes, kus vaadeldakse laste tegutsemisaktiivsust ja tegutsemise mitmekesisust, näidatud, kuidas keskkonnas tajutud võimalused seostuvad laste aktiivsuse tasemega[3,4].

Koolikeskkondade kavandajate väljakutse on õppida mõistma ruumi võimalusi lapse perspektiivist – kui tahta, et lapsed ruumis teatud viisil tegutseksid, tuleb arvesse võtta, kuidas nad seda ruumi tajuvad.

Millised on õpilaste vajadused koolikeskkonnas?

Vajadused (pool)avalikus ruumis
Kooli traditsiooniline eesmärk on olnud pakkuda akadeemilise hariduse omandamise võimalust – seetõttu on suurem osa kooliruumidest mõistetavalt loonud võimalusi istuvateks tegevusteks. Kooli ülejäänud ruum on aga poolavalik või avalik ruum nagu iga teinegi – oma sise- ja välisosaga, liikumisteede, kogunemiskohtade, lõõgastumisnurkade ja mängualadega. Aina enam on hakatud mõistma, millised on inimeste vajadused sedalaadi mitte-privaatses ruumis. Kindlate funktsioonidega paikade – kabinettide, klasside, söökla – vahele ja kõrvale jäävad muud ruumid, mis saavad töö- ja õppekeskkonda oluliselt paremaks teha. Aga mida on siis vaja paremaks teha?

Igas elukaare etapis on avalike ruumide funktsioonid inimeste jaoks üsna ühesugused. Aeg-ajalt on vaja eemalduda vaimse töö tekitatud pingest, puhata ja taastada tähelepanuvõimet – selleks võivad sobida paigad, mis võimaldavad eemalduda segavatest stiimulitest, näiteks lärmist, ja lasta oma tähelepanul ilma pingutuseta näiteks looduslikel elementidel uidata. Teine universaalne vajadus on seotud sotsiaalse stimulatsiooni, suhete loomise ja hoidmisega. See eeldab paiku, kus lobiseda, naerda või koos (kooli)töid teha. Lisaks on kahtlemata vaja paiku, mis stimuleerivad, panevad liikuma ja mõtlema teistmoodi kui intellektuaalne pingutus koolitunnis – panevad proovile ja pingutama sageli ise seda märkamatagi. Sedalaadi tegevused võivad toetada ja arendada laia ringi psüühilisi protsesse ja oskusi, mis on ka akadeemilise tegevuse aluseks, alustades pidurdusprotsessidest ja lõpetades strateegiate kasutamisega. Ruumis rõõmsalt toimetava lapse enda jaoks toimub sedalaadi „õppimine“ märkamatult.

Kõik need avaliku ruumi funktsioonid on täidetavad siis, kui keskkond toetab üht kõige baasilisemat vajadust – vajadust turvatunde järele. Keskkond, kus on oht saada viga või riielda, kus ohus on enesehinnang või tegutseja tunneb end ebakindlalt, ei ahvatle puhkama, liikuma ega suhtlema.

Nii nagu inimeste vajadusi arvesse võttes kujundatakse head avalikku ruumi väljaspool kooli, saaks mõelda ka koolikeskkonnast – selle vahega, et koolis peavad küllaltki piiratud ruumis saama lõõgastuda-liikuda erinevas vanuses inimesed, kelle ühed ja samad vajadused võivad eeldada pisut erinevaid ruumilahendusi.

Psühholoogilised põhivajadused – kuidas toetada heaolu kooliruumis?
Kooli füüsiline keskkond saab arvesse võtta neid psühholoogilisi baasvajadusi, mis panevad noore inimese aktiivselt ja ilma välise surveta oma keskkonnas tegutsema ning on suuresti aluseks ka psühholoogilisele heaolutundele. Need on vajadus autonoomia järele ehk tunne, et saadakse ise valikuid teha ning suunatakse iseenda käitumist; vajadus tunda end pädevana ehk tunne, et saadakse hakkama parajalt väljakutsuvate ülesannetega; ning vajadus seotuse järele ehk tunne, et ollakse teistega tähenduslikult seotud ja kuulutakse nendega kokku[5].

Kui igapäevane koolikeskkond peaks aktiveerima lapsi ja noori liikuma, siis on abi sellest, kui keskkonna omadused – ruumi füüsilised võimalused, selgelt kokkulepitud reeglid, täiskasvanute toetus ja nõuanded – toetavad neid vajadusi. Kuidas seda teha?

On leitud, et koolikeskkonnas vahendab tajutud liikumisvõimaluste ja liikumisaktiivsuse vahelist seost kolmest nimetatud vajadusest enim autonoomiatunne[6].
Tajutud autonoomiat saab koolikeskkond toetada näiteks nii, et kooli töötajad võtavad kuulda laste ettepanekuid liikumisega seotud võimaluste osas, annavad võimaluse üheskoos lahendusi luua ja hoolitsevad liikumisvalikute mitmekesisuse eest.
Võib eeldada, et mitmekesiste liikumisvõimalustega koolides, kus lapsed saavad valida vahendeid ja tegevusi, mis on neile südamelähedased või pakuvad kõige enam huvi, on nad enam autonoomselt motiveeritud liikuma. Tõenäosus, et iga laps leiab oma huvile vastava tegevuse, on kõige suurem.

Pädevustunnet saab toetada, pakkudes struktuuri – näiteks andes liikumistegevuste puhul sisulist ja konstruktiivset tagasisidet, juhendades vajaduse korral õpilasi liikumisvõimaluste kasutamisel ning esitades selgeid ootusi käitumise suhtes[6].

Samas tuleb tähele panna, et vabatahtlik liikumine vahetundides, ei pruugi olla kaasav kõigi õpilaste suhtes. Kõrvale võivad jääda lapsed, kelle füüsiline vorm on viletsam, kellel on vähem oskusi konkreetseks tegevuseks või kes tunnevad end liikudes ebakindlalt[7]. Eraldi väljakutse on seega luua koolikeskkonnas piisavalt turvaline keskkond, mis ergutaks ka vähem liikuvaid lapsi tasapisi proovima – või vähemalt välja uurima, mis on nende eemalejäämise põhjused. Liikuvaks kooliks kujunemine eeldab hoolivaid täiskasvanuid, kes toetavad võimalikke kõrvalejääjaid.

Samuti on õpilasi, kelle jaoks erinevad liikumistegevused ei pruugi olla autonoomselt motiveerivad. Chen[7] on pakkunud, et kool kui akadeemilise teadmise andja võiks aidata mõtestada liikumistegevuste mõju, selgitades teadustulemustele toetudes, mis kasu liikumine organismile toob. Näiteks võib erinevate ruumis pakutud võimaluste – olgu need rippumised või kõõlumised, lauajalgpall või kummikeksus oma järjekorra ootamine – puhul õpilastele rääkida, miks üks või teine tegevus võib tervisele või õppimisega seotud protsessidele hästi mõjuda. See aitab leida motivatsiooni eri tegevuste proovimiseks ka neil, kellele need iseenesest ligitõmbavad ei tundu.

Võistluslikkus või meisterlikkus
Mõned tavapärased kooliga seotud liikumistegevused, näiteks koolide võistkonnad eri spordialadel, on tänuväärne liikumisvõimalust pakkuv väljund. Kuna sageli seatakse sellistesse tiimidesse kuulumiseks vähemalt miinimumnõuded sportliku võimekuse või oskuste osas, ei saa sellistest võimalustest osa just õpilased, kes vajaksid liikumisaktiivsust kõige enam[8].

Teisalt rõhutab võistlussport, nagu nimestki näha, võistluslikkust. Lähtuvalt saavutuseesmärkide teooriast (vt nt [9–11]) saab keskkond suunata õpilast pigem meisterlikkuse saavutamise eesmärkide poole, s.t isiklikule paremakssaamisele ja oma oskuste arendamisele, või orienteerib tulemusele, s.t paremaks saamisele võrreldes teistega või tõusmisele paremusjärjestuses.

Akadeemilises kontekstis on leitud, et õpilased, kellel on pigem meisterlikkusele suunatud saavutusorientatsioon, kalduvad enam kasutama sügavaid õpistrateegiad, nende eneseregulatsioon ning suutlikkus pingutada ka raskes olukorras on suuremad[12]. Samuti kogevad meisterlikkusele suunatud saavutuseesmärkidega õpilased positiivsemaid emotsioone ja vähem tüdimust[13]. Spordi kontekstis on teada, et meisterlikkusele suunatud noorte motivatsioon on autonoomsem, ärevus madalam ja enesehinnang kõrgem[14].

Seetõttu on kooliga seotud liikumistegevustes oluline pakkuda liikumisvõimalusi ka nendele, kes võivad organiseeritud spordist võimete alusel kõrvale jääda. Liikuma ergutav kool võiks pakkuda võimaluse korral tegevusi, mis ei ole suunatud võistluslikkusele ja saavutusele, vaid oskuste arendamisele ja iseendaga võrreldes paremaks saamisele. Näiteks saab pakkuda tegevusi, milles saab pidevalt tasapisi edasi areneda (näiteks lauatennis), mis muutuvad pidevalt keerukamaks ja kus harjutamine muudab osavamaks (näiteks tasakaalu ja koordinatsiooni nõudvad keerukamad tegevused). Saab soodustada olukordi, kus õpilane mõistab, kui palju ta on varasemaga võrreldes paremaks saanud. Selleks ei ole tingimata vaja luua võistlussituatsioone. Õpilastevaheline võrdlus tekib sageli iseenesest, sest paljud lapsed on varasemast kokkupuutest spordiga niiviisi harjunud. Võimaluse korral on mõistlik teistega võrdlemist vältida ning pöörata näiteks tagasisides enam tähelepanu sellele, mida õpilane oskab paremini kui näiteks eelmisel nädalal.

Aga lõõgastumise kohad? Ehk milleks loodust praktiliselt vaja on

Stressileevendus ja tähelepanuvõime taastamine
Õppetöö nagu igasugune intensiivne kognitiivne sooritus kurnab töömälu ja tähelepanu ning pärsib suutlikkust edasise intellektuaalse pingutusega toime tulla. On leitud, et mida enam lapsed klassist eemal viibivad ehk mida pikem on puhkepaus, seda parem on nende tähelepanuvõime pärast lõõgastumist[15] ning et vaimne puhkus võib olla iseäranis tähtis tähelepanuprobleemidega lastele[16]. Võib spekuleerida, et väsinud töömälu ja ammendatud tähelepanuvõime on üks popitegemise võimalikke põhjuseid, sest laste võime oma tähelepanu ilma puhkamisvõimaluseta teravana hoida on erinev. Tähelepanuvõime taastamiseks ja stressi leevendamiseks sobivate tingimuste loomisel saab ruum oluliselt kaasa aidata – kool saab pakkuda erineva tasemega aktiivsust võimaldavaid kohti, sealhulgas ka kohti lõõgastumiseks.

Kui ühelt poolt saab töömälu lõõgastada aktiivselt liikudes, siis töömälu ja tähelepanu taastamise puhul tuuakse väga sageli olulisena välja looduslike elementide – näiteks roheluse ja vee – olemasolu ruumis. Looduskeskkonnas viibimine või kasvõi looduse jälgimine võimaldab nn pingutuseta tähelepanu, mis toetab lõõgastumist – lummavat kogemust, mille puhul ei pea end vaadeldavat jälgima sundima[17]. On näidatud, et ka üsna lühikesed, näiteks 40-sekundilised nn mikropausid, mille vältel lastakse pilgul puhata loodusvaatel, aitavad edasisele tähelepanu nõudvale sooritusele kaasa[18].

Samuti on teada lihtne fakt: õpilased hindavad muru[16,19]. Murul saab mängida, hüpata ja joosta ning murule saab end pikali visata. Näiteks Bagot, Allen ja Toukshati[16] uurisid koolide mänguväljakute tähelepanuvõimet taastavat ja lõõgastavat potentsiaali ja leidsid, et mängukogemusega seotud tegurid – emotsioonide tekitamine, füüsilise ja sotsiaalse aktiivsuse võimalused ja keskkonnas tajutud võimalused olid olulisemad kui ruumi tegelikud füüsilised parameetrid, nt spordivahendid või pingid. Teine oluline lõõgastavust tekitav tegur oli rohelus – muru, puud ja põõsad. Mängimist, loovat mängimist ja täiskasvanutega suhtlemist esineb kõrge roheluse tasemega õuealadel võrreldes napi rohelusega aladega oluliselt rohkem[20]. On ka näidatud, et nooremate ja keskastme õpilaste õpetajate hinnangute põhjal toimivad kõige paremini koolihoovid, mis võimaldavad ligipääsu loodusele, samuti olevat laste tegevused nendes hoovides mitmekesisemad[21].

Aktiivselt liikuv koolimeeskond
Kool on ka õpetajate ja koolipersonali töökeskkond. Iseküsimus on, kuidas liikuma ja lõõgastuma kutsuva kooliruumi võimalusi saaksid kasutada ka õpetajad ja teised kooli töötajad ning kui loomulik on liikumine koolikeskkonnas täiskasvanute jaoks. Kui õpetajad mõistavad igapäevase liikumise vajalikkust ning toetavad seda õpilastes, siis võiksid ruumilahendused pakkuda ka neile endile igapäevast positiivset väljakutset.

Seepärast julgustab käesolev erinevaid ruumilahendusi tutvustav materjal otsima mitmekesiseid lahendusi kõigile asjaosalistele – mida selgema liikumisalase identiteedi kool endale kujundab, seda paremini toetab see kogu koolipere baasvajadusi autonoomia ja pädevustunde järele.

Grete Arro
Tallinna Ülikooli psühholoogia instituut

1 Warren WHJ, Whang S. Visual guidance of walking through apertures: body-scaled information for affordances. J Exp Psychol Hum Percept Perform 1987; 13: 371–383.
2 Wagman JB, Malek EA. Perception of affordances for walking under a barrier From Proximal and distal points of observation. Ecol Psychol 2008; 20: 65–83.
3 Kyttä M. Affordances of children's environments in the context of cities, small towns, suburbs, and rural villages in Finland and Belarus. J Environ Psychol 2002; 22: 109–123.
4 Kyttä M. The extent of children's independent mobility and the number of actualized affordances as criteria for child-friendly environments. J Environ Psychol 2004; 24: 179–198.
5 Deci EL, Ryan RM. The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. Psychol Inq 2000; 11: 227–268.
6 Rutten C, Boen F, Seghers J. How school social and physical environments relate to autonomous motivation in physical education: The mediating role of need satisfaction. J Teach Phys Educ 2012; 31: 216–230.
7 Chen A. School environment and its effects on physical activity. Kinesiology Review 2015; 4: 77–84.
8 Lee SM, Burgeson CR, Fulton JE, Spain CG. Physical education and physical activity: results from the School Health Policies and Programs Study 2006. J Sch Health 2007; 77: 435–463.
9 Nicholls JG. The development of the concepts of effort and ability, perception of academic attainment, and the understanding that difficult tasks require more ability. Child Dev 1978; 49: 800–814.
10 Darnon C, Harackiewicz JM, Butera F, Mugny G, Quiamzade A. Performance-approach and performance-avoidance goals: When uncertainty makes a difference. Pers Soc Psychol Bull 2007; 33: 813–827.
11 Kaplan A, Maehr M. The contributions and prospects of goal orientation theory. Educ Psychol Rev 2007; 19: 141–184.
12 Pintrich PR. Multiple goals, multiple pathways: The role of goal orientation in learning and achievement. J Educ Psychol 2000; 92: 544–555.
13 Daniels LM, Haynes TL, Stupnisky RH, Perry RP, Newall NE, Pekrun R. Individual differences in achievement goals: A longitudinal study of cognitive, emotional, and achievement outcomes. Contemp Educ Psychol 2008; 33: 584–608.
14 Cumming SP, Smith RE, Smoll FL, Standage M, Grossbard JR. Development and validation of the Achievement Goal Scale for Youth Sports. Psychol Sport Exerc 2008; 9: 686–703.
15 Holmes RM, Pellegrini AD, Schmidt SL. The effects of different recess timing regimens on preschoolers' classroom attention. Early Child Dev Care 2006; 176: 735–743.
16 Bagot KL, Allen FCL, Toukhsati S. Perceived restorativeness of children's school playground environments: Nature, playground features and play period experiences. J Environ Psychol 2015; 41: 1–9.
17 Kaplan S. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. Green Psychol 1995; 15: 169–182.
18 Lee KE, Williams KJH, Sargent LD, Williams NSG, Johnson KA. 40-second green roof views sustain attention: The role of micro-breaks in attention restoration. J Environ Psychol 2015; 42: 182–189.
19 Martin K, Bremner A, Salmon J, Rosenberg M, Giles-Corti B. Physical, policy, and sociocultural characteristics of the primary school environment are positively associated with children's physical activity during class time. J Phys Act Health 2014; 11: 553–563.
20 Taylor AF, Wiley A, Kuo FE, Sullivan WC. Growing up in the inner city: Green spaces as places to grow. Environ Behav 1998; 30: 3–27.
21 Lindholm G. Schoolyards: The significance of place properties to outdoor activities in schools. Environ Behav 1995; 27: 259–293.

LIIKUMA KUTSUV KOOLIMAJA

Ruum on igapäevaelu korralduse ja harjumuste tugev mõjutaja.

Iga ruum kas kutsub midagi tegema (vihjab võimalustele, näitab neid) või on passiivne (tegutsemiseks tuleb ise leidlik olla). Tänapäeval, kui meie tähelepanu püüab tehnoloogilistest vahenditest lähtuv virtuaalne maailm, on üha keerulisem leida aega ja algatust, et päris maailmas aktiivne olla. Eriti kaalukas on see mure koolikeskkonnas, kus lapsed ja noored veedavad märkimisväärse osa oma igapäevast ning millel on suur roll harjumuste ja väärtushinnangute kujundamisel. Me ei saa lubada ruumil enda ümber jääda tummaks taristuks. Ruumile tuleb anda sõna ja võimalus olla iseenda parim versioon.

Oleme nende kaante vahele kogunud üle poolesaja näite kooliruumidest, mis kutsuvad liikuma. Need on fragmendid väga erinevatest terviklikest keskkondadest, seega ei ole tegu mitte ideaalse kooli retseptiga, vaid aabitsaga, mis aitab näide näite haaval mõista ruumi ja heaolu seoseid. Selleks, et teha muutusi – kuitahes väikeseid või suuri – oma koolis, julgustame kaasama arhitekti. Tänapäeva arhitekt on valmis aitama nii analüüsida olukorda, kaardistada vajadusi, luua visioone ja koostada lähteülesannet kui ka loomulikult projekteerima.

Muutusi kavandades mõtle läbi, kuidas kaasata ka õpilasi, õpetajaid ja kogukonda ning mida saaksid õpilased näiteks ise ehitada. Ise rajatut hoitakse hoolikamalt, lisaks annab see asendamatu õpikogemuse muutuse elluviimisest päriselus. Siingi kasuta juhust, et teha koostööd spetsialistide või ettevõtjatega, kes aitaksid juhendamise, materjalide või teostusega. Esimesed, kõige lihtsamad sammud liikumist toetava kooliruumi loomisel oleme siin kogumikus ära märkinud tee-ise-rubriigis.

Et elu oleks õnnelikum, õpi kulumist nägema positiivse märgina – järelikult asja kasutatakse! Tunne sellest rõõmu ja ole valmis ka tunnistama hetke, kui liiga kulunud ilme ei kutsu enam kasutama.

Liikuma kutsuva koolimaja valem on lihtne: aktiivset tegutsemist toetavad ruumis näha olevad võimalikud tegevused, mis on mitmekesised või mida saab varieerida ja milles on kerge kaasa lüüa.

Mõttelendu ja tegutsemisindu!

Kadri Klementi ja Karin Tõugu
b210 arhitektid

VÄLIRUUM

Liikumine ei ole ainult sport, nii peab kooli ümbrus pakkuma lisaks sportimisele vabavormilisema ja loomingulisema liikumise võimalusi.

LIIKUMIST EDENDAV VÄLIRUUM

Kooliõu on mitmekesine läbimõeldud õueala kooli ümber. See ei ole ei ainult jalgpalliväljak või autoparkla, vaid erinevaid tegevusi pakkuv kogukondlik õueruum. Kooliõue saabuja võib söösta aktiivsesse füüsilisse tegevusse või panna oma leidlikkuse proovile põnevatel rajatistel, mis avavad oma võimalused just pühendunud uurijatele. Kooliõu on koht, mis ergutab kasutama keha koos fantaasiaga ja kus on tegevusi nii spordikultuuri austajatele (nt lauatennis, palliplats), mängijatele ja ajaveetjatele (nt keks, kiikumine) kui ka leiutajatele (fantaasiaobjektid) ja jalutajatele (kooliaed).

TAVALISEMAD VÄLIRUUMI PROBLEEMID

— kehalist aktiivsust võimaldavad vaid spordiväljakud
— tegevust pakuvad ainult üks või paar standardatraktsiooni
— peaukse ees või hoovi kõige päikeselisemas osas on parkla
— igav liiv (muru) ja tühi väli

TEHISMAASTIK

Ka kitsastes tingimustes on kooliõu asendamatu ruum. Taanis Hellerupi gümnaasiumis rajati puuduolev spordihoone siseõue maa alla. Nii säilis hoov, kus õpilased värskes õhus aega veedavad. Tehiskünga annab maa-alusele saalile kõrguse ja avaruse ning muudab kooliõue omanäoliseks. Künkal võib joosta, turnida, pikutada, mängida ja erikujulistel pinkidel seltskondlikult aega veeta.

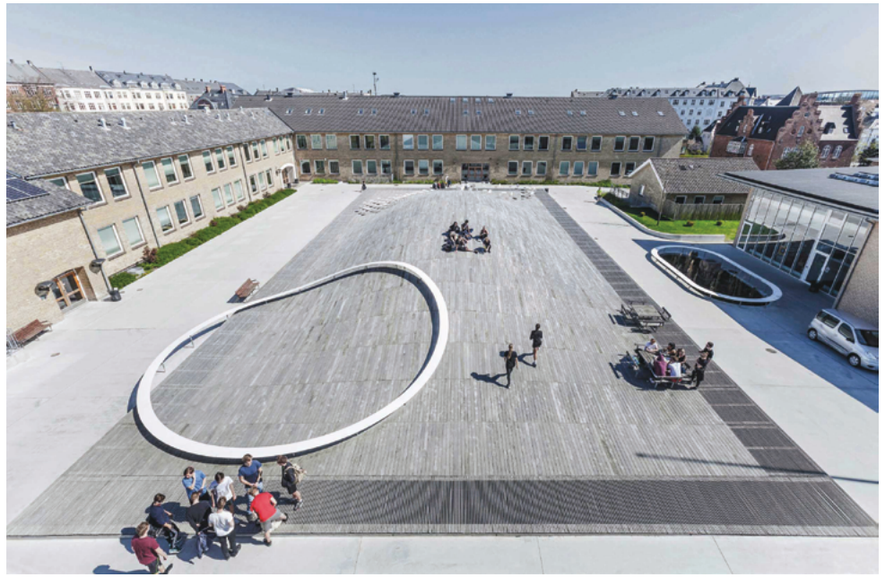
1.



2.



3.



1. 2. **Gammel Hellerupi gümnaasium.** Hellerup, Taani. 2013.
Arhitekt: BIG. Foto: Jens Lindhe.
Gammel Hellerup Gymnasium

3. **Gammel Hellerupi gümnaasium.** Hellerup, Taani. 2013.
Arhitekt: BIG. Foto: Rasmus Hjortshoj.
Gammel Hellerup Gymnasium

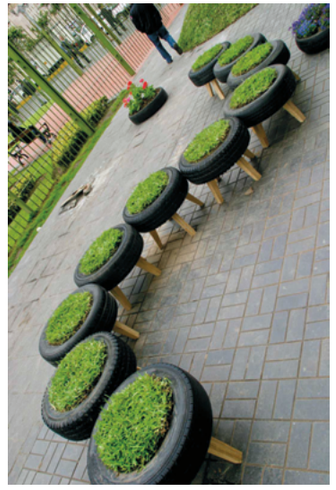
ÕPILASTE AED

Väikest aeda on lihtne rajada, see mitmekesistab kooli väliruumi, kutsub regulaarsele tegevusele värskes õhus ja pakub naudingut kõigile meeltele. Õpilastega koos saab välja mõelda ja ehitada peenrakastid ja aeda sobiva mööbli (lamamistool, pinksilaud, kuurike) ning istutada taimed (1). Loomingulise ülesandena võib aia rajada kas või asfaldile (3). Kui kooli asukoht lubab, siis miks mitte mõelda ka loomade pidamisele (2). Omaette väljakutse on leiutada aed, mis pakub rõõmu ja tegevust ka talvel.

1.



3.



2.



1. **Gil Hodges'i kogukonnaaed.** New York, Ameerika Ühendriigid. 2013.
Maastikuarhitekt: Jason Yadlovski. Foto: Rob Stephenson.
Gil Hodges Community Garden
2. **Kultuurikanad.** Tallinn, Eesti. 2012.
Autorid: Grete Veskiväli, Mari Hunt, Kaisa Kangur, Triin Orav, Juula Saar, Aet Ader, Liisi Tamm, Isabel Neumann. Foto: Mari Hunt.

3. **Installatsioon "Roheluse invasioon".** Lima, Peruu. 2010.
Autorid: Genaro Alva, Denise Ampuero, Gloria Andrea Rojas, Claudia Ampuero. Foto: Genaro Alva.
Invasión Verde

ROHKEM KUI LIHTSALT ÜKS PUU

Läbimõeldud taimestiku abil saab harilikust kooliõuest mõnus tegevuspaik. Suured lehtpuud pakuvad varju suvepäikese eest, kuid ei takista talvepäikest; tihedad põõsad summutavad müra, püüavad kinni tolmu ja palliplatsilt liighoogsa löögi saanud palligi. Kõrrelised, värvilise koorega raagus põõsad ja igihaljad okaspuud annavad ilmet talvisele hoovile. Juba üksainus puu võib olla piisav põhjus tegutseda: selle ümber võib ehitada õuesõppe paviljoni (1, 2) või lihtsa sõõrja pingi/poomi (4). Isegi terve koolimaja võib olla rajatud olemasolevate puude paiknemise järgi (3).

1.



2.



3.



4.



1. 2. **Ring ümber puu.** Tokyo, Jaapan. 2011.
Arhitekt: Tezuka Architects. Foto: Tezuka Architects.
Ring Around a Tree
3. **Laste Ülikool.** Gandía, Hispaania. 2011.
Arhitekt: Paredes Pedrosa Arquitectos. Foto: Luis Asín.
UPI Kid University

4. **Pink ümber puu.** Cēsis, Läti. 2009.
Arhitekt: Vides projektu studija. Foto: Karin Tõugu.
Cēsis Rožu Laukums

LEIUD LOODUSEST

Hoovi kujundamisel on hea mõte vaadata ringi koolimaja ümbruses ning võimaluse korral kasutada seal leiduvaid loodusobjekte. Näiteks eri suuruse ja kujuga kivid ja palgijupid sobivad turnimiseks ja tasakaalu harjutamiseks, vitsad ja oksad (ning muidugi lumi!) onnide ehitamiseks. Ümbritseva keskkonna väärtustamine ning kohalike materjalide ja lahenduste kasutamine annavad olulise õppetunni ning toetavad sidet kodukoha ja kogukonnaga.

1.



2.



3.



1. **Silcherplatzi mänguväljak.** Heilbronn, Saksamaa. 2012.
Arhitekt: KuKuk GmbH. Foto: KuKuk GmbH. Silcherplatz
3. **Lord Selkirki kooli mänguväljak**. Winnipeg, Kanada. 2011.
Maastikuarhitekt: Wendy Simonson. Foto: Lord Selkirki kool.
Lord Selkirk School

2. **Pajuvitstest onn**. Hands On Children's Museum, Olympia, Ameerika Ühendriigid. 2013. Autor: Patrick Dougherty. Foto: Aaron Barna.
Muskrat Ramble

VESI VIRGUTAB

Erinevas olekus ja liikumises vesi – pulbitsev, voolav, jäätunud, vaikne veesilm või niitjad nired – loob põneva tõmbepunkti, kus on lõbus mängida ja üht elu alust tundma õppida. Vesi võib olla looduslike kivikestega vooderdatud pahkluuni madalas tiigikeses (1). või pikas muutuva põhjareljeefiga kanalis (2). Vihmaveel võib olla isegi ettenähtud koht hoone sisehoovis (3). Igasuguse aktiivse tegutsemise kõrvale ära unusta pakkuda ka värsket joogivett – põnev serveerimisviis (4) aitab pakkuda konkurentsi limpsipudelile.

1.



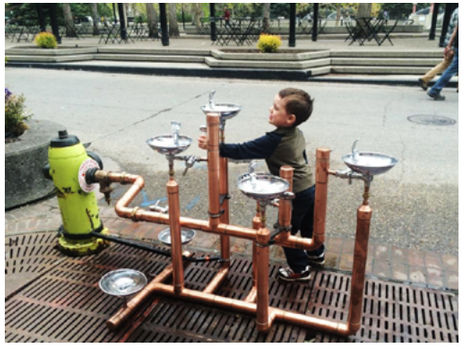
2.



3.



4.



1. **Hakusui kool.** Sakura, Jaapan. 2014.
Arhitekt: Yamazaki Kentaro Design Workshop. Foto: Naoomi Kurozumi.
Hakusui Nursery School
3. **D1 lasteaed.** Kumamoto, Jaapan. 2015.
Arhitekt: HIBINOSEKKEI + Youji no Shiro. Foto: Ryuji Inoue / Studio Bauhaus.
D1 kindergarten

2. **Printsess Diana memoriaal.** London, Suurbritannia. 2004.
Arhitekt: Gustafson Porter. Foto: Peter Guenzel.
Diana, Princess of Wales Memorial Fountain
4. **Skulpturaalne joogikraan.** Calgary, Kanada. 2006.
Autor: Sans façon. Foto: Calgary linn.
Fire Hydrant Water Fountain Project

VÄLJAKUTSE FANTAASIALE

Fantaasiaobjektid on ambivalentsed atraktsioonid ja rajatised, mis pakuvad lastele avastamisrõõmu ja võimalust ise kasutusviise ja mänge leiutada. Metsa kõlakojad on Lõuna-Eestisse Pähni loodusmaja lähedusse loodud installatsioon, milles võib näha nii varjualust, akustilist skulptuuri, piknikupaika, turnimisvõimalust kui seltskondlikku lebolat. Kolmest ühesugusest tuutust koosnev ansambel kutsub lähemalt uurima, liikuma, avastama.











Metsa kõlakojad. Pähni, Eesti. 2015.
Arhitektid: Eesti Kunstiakadeemia sisearhitektuuri tudengid Birgit Õigus (idee), Mariann Drell, Ardo Hiiuväin, Lennart Lind, Henri Kaarel Luht, Mariette Nõmm, Johanna Sepp, Kertti Soots, Sabine Suuster (teostus).
Foto: Henno Luts.

Üheselt määratlemata kasutust võimaldavaid ja fantaasiat õhutavaid objekte võib ka koos õpilastega välja mõelda ja teostada. Tegu võib olla millegi väga lihtsaga nagu ebatavalist kogemust pakkuv viltuse pinnaga lava (1) või õppetunniga taaskasutamisest nagu turnima ja mängima kutsuvad erikujulised majakesed (2), mis valmistati Londoni olümpiamängude piirdeplangust. Ka ronimise ja kõõlumise atraktsioon võib moodustada peaaegu ebamäärase võsa (3), kus on mõnus tasakaalu ja osavust proovile pannes juttu rääkida.

1.



2.



3.



1. **Linnalava.** Lissabon, Portugal. 2013.
Autor: Frida Escobedo. Foto: Catarina Botelho.
Civic Stage Lisbon
3. **Van Beuningenpleini mänguväljak.** Amsterdam, Holland. 2010.
Arhitekt: Carve. Foto: Carve.
Van Beuningenplein

2. **Sinise Plangu Projekt.** London, Suurbritannia. 2009.
Autor: StudioSuperniche. Foto: StudioSuperniche.
Blue Fence Project

KUJUTLUSSPORT

Künklik väljak ja ebastandardsed väravad annavad võimaluse justkui tuttavaks, aga siiski päris uueks mänguks. Künkapallis saavad lisaks mängijate oskustele määravaks ka juhuslikud pallipõrked reljeefsel pinnal. Ebatavaline väljak loob võrdse võimaluse mängus osalemiseks ka neile, kes ei ole klassikalises jalgpallis kõige osavamad või ei tunne selle reegleid.

1.



2.



1. **Künkapall.** Malmö, Rootsi. 2009.
Autor: Johan Ferner Ström. Foto: David Puig Serinyà / Glósóli Ateljé.
Puckelboll

2. **Künkapall.** Stockholm, Rootsi. 2014.
Autor: Johan Ferner Ström. Foto: David Puig Serinyà / Glósóli Ateljé.
Puckelboll

UNUSTATUD RUUM KATUSEL

Katuse abil on võimalik anda tasapinnalisele väliruumile kolmas mõõde, kõrgus. Lamedale katusepinnale võib rajada palliplatsi (2) või projekteerida koolimaja katus meie põhjamaisele kliimale sobivalt kelgumäeks (1). Rõdult või terrassilt katusele pääsemiseks võib panna oma osavuse ja julguse proovile ronimisvõrgus (3).

1.



2.



3.

1. **Mosfellsbæri kool.** Mosfellsbær, Island. 2014.
Arhitekt: A2F. Foto: A2F.
Framhaldsskólinn í Mosfellsbæ
2. **Herstedlundi kogukonnakeskus.** Albertslund, Taani. 2009.
Arhitekt: Dorte Mandrup Arkitekter.
Herstedlund Fælleshus
3. **OB lasteaed.** Nagasaki, Jaapan. 2015.
Arhitekt: HIBINOSEKKEI + Youji no Shiro.
Foto: Ryuji Inoue / Studio Bauhaus.
OB kindergarten

RATTAGA KOOLI!

Iga koolimaja juures peaks olema vihma eest varikatusega kaitstud ja ehk isegi pilkupüüdev rattaparkla. See peaks paiknema mugavalt sissepääsu lähedal, et end meelde tuletada ja kutsuda kogu kooliperet rattaga liiklema. Prominentselt koolimaja ees asuv rataste varjualune võib olla selge paariline kooli arhitektuurile (1). Rattamajast võib teha ka disainiülesande õpilastele või kujundada see koos tudengitega (2).
Kui mõelda suurelt, võib isegi terve koolihoone olla üks hiiglaslik, spiraalse sõidetava katusega rattamaja (3).

1.



2.



3.



1. **Paspelsi kool.** Paspels, Šveits. 1998.
Arhitekt: Valerio Olgiati.
Schulhaus Paspels
3. **Taani paviljon EXPO maailmanäitusel.** Shanghai, Hiina. 2010.
Arhitekt: BIG. Foto: Iwan Baan.
Danish pavilion EXPO 2010

2. **Rattamaja Triangel.** 2015.
Arhitektid: Ats Buddell, Hanna-Liisa Mõtus, Mae Kõömnemägi, Tarmo Kübard.
Foto: Anna-Stina Treumund.

AKTIIVNE KOOLITEE

Koolitee mängib olulist rolli liikumisharjumuste kujunemisel. Selle asemel, et leppida passiivselt autoga koolimaja ette saabuvate lastega, saab iseseisvat aktiivset kooliminekut toetada näiteks põnevat keskkonda läbivate rattateede (1), mugavate rularadade (4) või bussipeatuste abil, kus tohib vabalt turnida ja rippuda (2). Jalutama kutsuvad põnevad peatuspunktid (3).

1.



3.



1. **Baana jalgrattakiirtee.** Helsingi, Soome. 2012.
Maastikuarhitekt: Loci Landscape Architects. Foto: Vladimir Pohtokari.
Baana

3. **Mängumajad**. Gran, Norra. 2013.
Arhitektid: TYIN tegnestue, Rintala-Eggertsson Architects, AHO tudengid.
Foto: Pasi Aalto. Barnetraakk

2.



4.



2. **Aktiivse ootamise bussipeatus.** Whistler, Kanada. 2009.
Arhitekt: Urban Movement Design. Foto: Rachel Rabhan.
Urban Movement Design bus shelters

4. **Rulatee.** Woodward, Ameerika Ühendriigid. 2011.
Autorid: Bill Minadeo, Nate Wessel, California Skateparks.
Foto: California Skateparks. Camp Woodward Snake Run

TEE ISE! PINKSILAUD

Uute liikumisvõimaluste loomine on hea võimalus kaasata õpilasi kavandamisse ja ehitustöödesse. Kas olete uurinud, millist spordiala teie koolis enim harrastatakse? Või millised on omapärasemad aktiivsed hobid? Mida pakutakse välja uue spordiala leiutamise võistlusel? Mis on õpetajate avaldamata salaoskused?

Otsa aitab lahti teha näiteks ühine pinksilauaehitus. Pildil oleva lauatenniselaua tükkide kokkumonteerimine ja laua värvimine võtab aega umbes neli tundi (lisandub vineerplaatide ja prusside mõõtulõikamine, milles võib abiks olla mõni kohalik meister, puutööõpetaja või osavad üheksandikud). Monteerimistöö on väikese juhendamisega jõukohane ka 10-aastastele, terve klassitäie entusiastlike ehitajate puhul saab väljakutseks hoopis kõigile tegevuse leidmine (muidugi võib alati teha lihtsalt rohkem pinksilaudu!).

See on suurepärane võimalus ühendada kehaline kasvatus, meisterdamine ja kunstiõpetus (laua külgedel on ruumi erikujundusele). Ehitada ja värvida võib üheaegselt, siis saab vastvalminud laual kohe mängida. Töö lõppu on sobilik tähistada suure pinksipeoga, kus saab kätt proovida nii standardmängus kui näiteks ringis ümber laua joostes (nii saab korraga kaasa kõksida rohkem mängijaid).

Laua ehitamise juhendi saab alla laadida siit:
www.b210.ee/pingpong.pdf







Pingpong. Tallinn, Eesti. 2012.
Autor: b210. Fotod: Kadri Klementi, Kristjan Mändmaa, Mikk Meelak.
www.b210.ee/pingpong.pdf

VAHERUUM

Värskes õhus aja veetmise populaarsus sõltub suuresti sellest, kui mugav on toast õue ja õuest tuppa liikuda ja kui nähtav on õuemineku võimalus.

LIIKUMA KUTSUV VAHERUUM

Liikuma kutsuv vaheruum ei ole tegelikult midagi enamat kui õueskäigu mugav kasutajaliides. Vaheruum on kolmemõõtmeliseks paisutatud piir sise- ja väliruumi vahel, kuhu mahuvad hädavajalikud funktsioonid (nt garderoob, tuulekoda), kuid mis peab samas ka ise olema kutsuv värav kahe maailma vahel.

TAVALISEMAD VAHERUUMI PROBLEEMID

— uksed on lukus või õueminek nõuab luba
— garderoob on lukus või teeb õuemineku tülikaks
— koolimajja sisenemine on labürint, mis ei toeta harjumust koolipäeva jooksul majast väljas käia
— õuemineku mõte ei tule pähe, sest see võimalus ei ole piisavalt nähtaval
— aknast paistev väliruum ei ole kutsuv

PEAUKSE PEATUS

Peasissepääs ei ole ainult uks, kust kiirelt läbi joosta. Siin kohtutakse sõpradega ja siia jäädakse pärast koolipäeva juttu ajama. Sotsiaalset funktsiooni toetab õdusalt valgustatud esinduslik varjualune (1) või julge peegelpind, mis võimendab selle all toimuvat liikumist ning mille kõverik pea-alaspidi-maailm kutsub mängule (2). Vormiliselt põneval sissepääsul on pakkuda kõik vajalik: avar katusealune kogunemise ja jutuajamise kohana, selge ja mugav sisenemine majja ning väike üllatuski – trepi kõrval mustas kastis asub liumägi (3).

1.



2.



3.



1. **Seinäjoki raamatukogu.** Seinäjoki, Soome. 2012.
Arhitekt: JKMM. Foto: Tuomas Uusheimo.
Seinäjoen kirjasto
3. **Sild-kool.** Xiashi, Hiina. 2008.
Arhitekt: Li Xiaodong Atelier. Foto: Li Xiaodong.
Bridge School

2. **Vene paviljon maailmanäitusel EXPO 2015.** Milaano, Itaalia. 2015.
Arhitekt: SPEECH. Foto: Aleksei Naroditski.
Russian pavilion EXPO 2015

FUAJEE KUI KOOLIELU SÜDA

Fuajeesse saabuja ei leia end ametlikust tühjusest, vaid astub kooliellu ja koolipere keskele. Seda avarat ruumi kasutavad õpilased ja õpetajad vaba aja veetmiseks ja tihti ka tunnitegevusteks (1, 2, 3). Siin ei häbeneta aktiivse elu vähekest korratust, vaid tuntakse sellest rõõmu – jalanõud on mugavalt välisukse kõrval (4), et õue saaks minna jooksu pealt, ning pinksilauad on vaheldumisi lõõgastumiseks mõeldud lamamistoolidega.

1.



2.



3.



4.



1. 2. 3. **Tartu Ülikooli Narva kolledž.** Narva, Eesti. 2012.
Arhitekt: Hannes Praks Studio (sisearhitektuur), Kavakava (arhitektuur)
Foto: Anna Markova.

4. **Hellerupi kool.** Hellerup, Taani. 2011.
Arhitekt: Arkitema. Foto: Arkitema.
Hellerup Skole

MÖÖDAMINNES GARDEROOB

Kuitahes lähedal ei asu ka pääs õue, tuleb Eesti kliimas peaaegu alati läbi astuda garderoobist. Kõige lihtsam on haarata jope ja hüpata saabastesse kohe väljapääsu lähedal. Õuemineku plaani toetab mõnusalt helge ja avatud ala. Riiete riputamise koht võib asuda nii koridoris klassiruumi kõrval (2), klassiruumis (3) kui ka fuajees (1).

1.



2.



3.



1. **Viljandi gümnaasium.** Viljandi, Eesti. 2013.
Arhitekt: Salto (arhitektuur), Pille Lausmäe (sisearhitektuur).
Foto: Karli Luik.
3. **Saunalahti kool.** Espoo, Soome. 2012.
Arhitekt: Verstas Architects. Foto: Andreas Meichsner.
Saunalahden koulu

2. **Lucie Aubraci kool.** Toulouse, Prantsusmaa. 2012.
Arhitekt: Laurens & Loustau. Foto: Laurens & Loustau.
Lucie Aubrac School

OTSE ÕUE!

Mida lähemal on õuepääs, seda lähemal on ka mõte värskes õhus viibida. Lisaks peauksele võib välja astuda ka otse õpperuumist, koridorist või tegelikult ükskõik millisest koolimaja osast. Kui arhitektuur seda ette ei näe, on sellised pääsud võimalik rajada tagantjärele. Meie tüüpkoolimajadele üsna sarnases Püha Joosepi algkoolis Suurbritannias paigutati renoveerimise käigus loodud eeskodadesse ka garderoobid.







Püha Joosepi kool. London, Suurbritannia. 2011.
Arhitekt: Pie Architecture. Foto: David Grandorge, Daniel Nordh.
St Joseph's Primary School Pie Architecture

ESIMENE SAMM TERRASSILE

Tubasest eluviisist aktiivsesse õue-ellu astumine on lihtsam, kui esimese sammu võtab vastu tuttava toapõranda sugulane, väliterrass. See võib kulgeda terve koolimaja pikkuses (1, 2), kutsudes liikuma, või piirneda näiteks vee-atraktsiooniga (3), pakkudes uurimist ja tegutsemist. Maastikku järgiv terrass (4) loob köitva turnimise-istumise-nõjatumise maailma.

1.



2.



1. 2. **Viljandi Gümnaasium.** Viljandi, Eesti. 2013.
Arhitekt: Salto. Foto: Karli Luik.

3.



4.



3. **Nordby kool.** Nordby, Norra. 2004.
Arhitekt: Holscher Nordberg Architecture and Planning.
Foto: Holscher Nordberg Architecture and Planning.
Nordby ungdomsskole

4. **Terrass-saun.** Kleivan, Norra. 2015.
Arhitektid: AHO Scarcity and Creativity Studio üliõpilased.
Foto: Jonas Aarre Sommarset.
The Bands sauna

TEE ISE! KOLLEKTIIVSED NÖÖRID

Etenduskunstnik Karoline H Larsen on välja mõelnud aktsiooni "Kollektiivsed nöörid". See on köitev viis (taas)avastada tuttavat ruumi ja selles liikumise võimalusi. Nöörikeradega suundi markeerides muutub võimaluste mitmekesisus silme all nähtavaks ja samaaegselt tekib ka hoopis uus liikumisi mõjutav olukord.

Kunstik ise on oma algatust selgitanud umbes nii: "Aktsioon "Kollektiivsed nöörid" sai alguse minu oma soovist liikuda uutmoodi. Ühel hetkel sai mul villand ühe ja sellesama tõhusaima trajektoori järgimisest, tahtsin avastada uusi ja unustatud radu. Kasutasin nöörirulli, et oma keha ja mõistust ruumis mängima meelitada ja kogeda midagi uut keskkonnas ja iseendas."

Niisiis, oma kooliruumile tähelepanu pööramiseks ja selles toimuvate liikumiste loominguliseks avastamiseks annab võimaluse *hommage* kunstnik Karoline H Larsenile. Leidke koolihoones või kooliõues koht, kus on puid, poste, põõsaid, aialippe, ukselinke jmt nööride kinnitamiseks. Kui neid pole piisavalt, looge lisa näiteks toolide või isemeisterdatud vaiade abil. Jagage laiali nöörirullid, kuid leppige eelnevalt kokku mängureeglid: näiteks kas tegutsetakse ükshaaval või samaaegselt ning millisel hetkel markeeritud suundi arutatakse. Reflektsioon on eriti oluline selleks, et tegutsemismõllus tegevuse eesmärk – liikumiste uurimine ja loomine – ei ununeks.

1.



2.



3.



4.

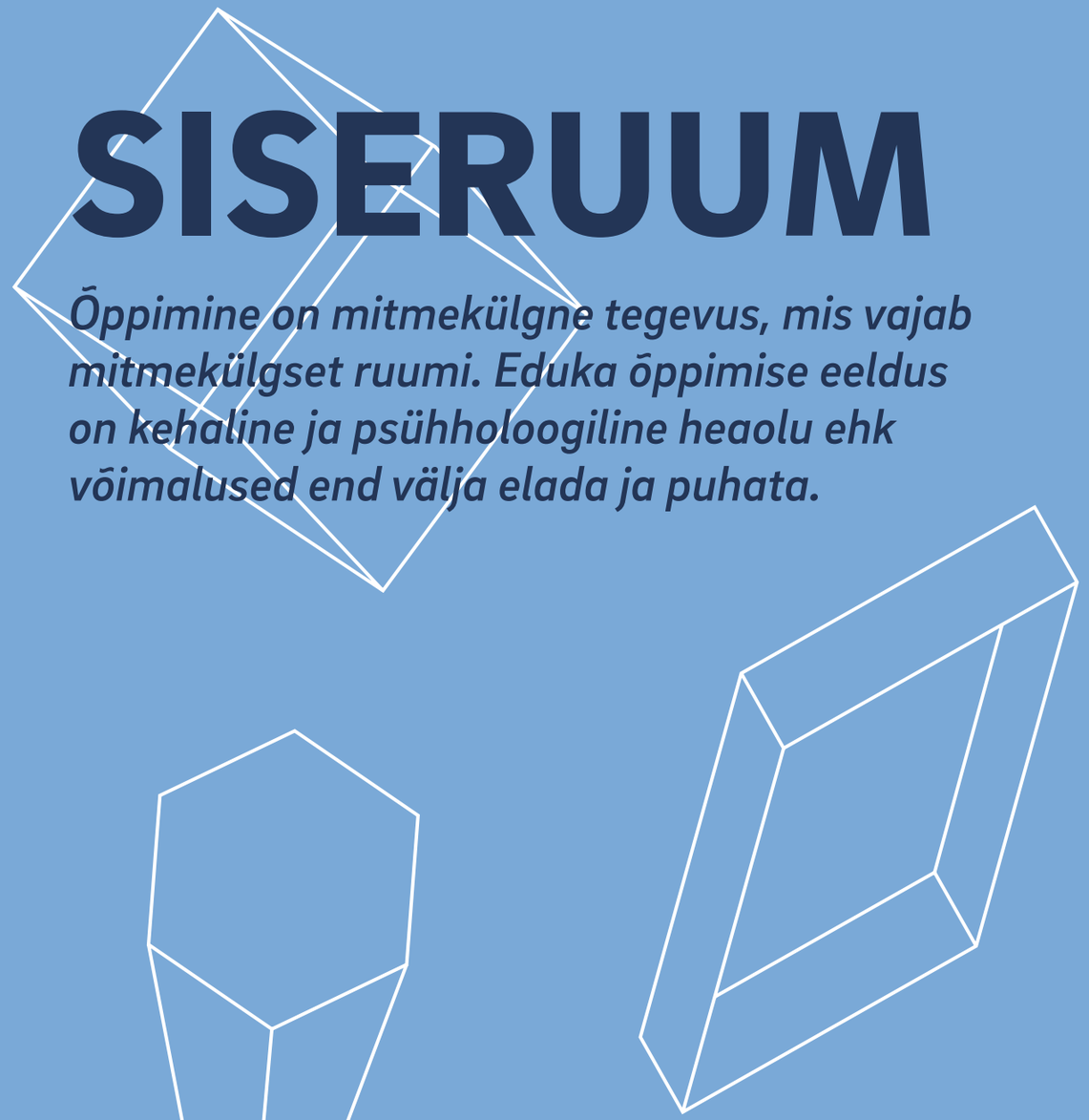


1. **Kollektiivsed nöörid.** Helsingi, Soome. 2014.
Autor: Karoline H Larsen / CREATIVEACTIONS.
Foto: Karoline H Larsen. Collective Strings
3. **Kollektiivsed nöörid.** New York, Ameerika Ühendriigid. 2007.
Autor: Karoline H Larsen / CREATIVEACTIONS.
Foto: Lindsay Clipner. Collective Strings

2. 4. **Kollektiivsed nöörid.** Helsingi, Soome. 2014.
Autor: Karoline H Larsen / CREATIVEACTIONS.
Foto: Anu Pynnönen.
Collective Strings

SISERUUM

Õppimine on mitmekülgne tegevus, mis vajab mitmekülgset ruumi. Eduka õppimise eeldus on kehaline ja psühholoogiline heaolu ehk võimalused end välja elada ja puhata.

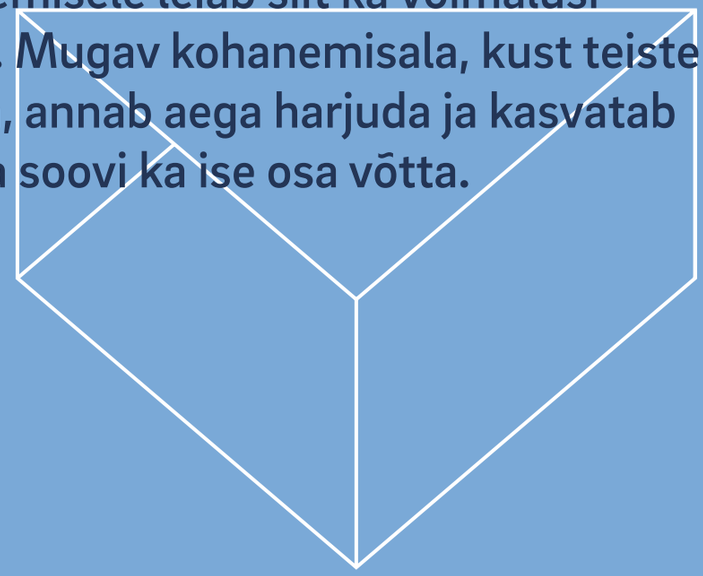


TAVALISEMAD SISERUUMI PROBLEEMID

— koolihoone jaguneb koridorideks ja klassideks ega toeta aktiivset tegutsemist / mitmekesist koolipäeva
— klassid on jäiga ruumilahendusega
— koridorid on tühjad
— kooliruum on monotoonne ja igav
— kooliruum on muinsuskaitse all ja palju on piiranguid

LIIKUMA KUTSUV SISERUUM

Liikuma kutsuv koolimaja pakub nii tormakama kui rahulikuma tegutsemise võimalusi. See liikumine võib, kuid ei pea olema osa õppimisest. Ruumikasutust ei määra seinad või sildid, vaid ruumi kujundus ja sisustus. Tegutseda saab oma ideid järgides (neid ei ole dikteerinud mõni silt) ja tegutsemine jääb seega loomulikuks. Ruum annab küll vihjeid, kuid lõpuni ette ei ütle. Ruumis ei ole rangust nagu mahajoonitud palliplatsiga saalis, mis tundub olevat vaid nende jaoks, kes tunnevad joontele vastavaid reegleid ja oskavad mängu. Ambivalentne ruum jätab kasutajale suurema sõnaõiguse ja võtab mitmesugused mõtted avasüli vastu. Lisaks tegutsemisele leiab siit ka võimalusi pealt vaadata. Mugav kohanemisala, kust teiste mänge jälgida, annab aega harjuda ja kasvatab kahevahelolija soovi ka ise osa võtta.



MITMEKÜLGNE KOOLIRUUM

Mitmekülgne kooliruum toetab muutunud õpikäsitust erinevate ruumiliste võimalustega. See on kool, kus saab kõikjal õppida. Siin on aktiivsema tegutsemise (5) ja keskendumise ruumi (3), suurt ja avarat (1) ning väikest ja hubast ruumi (4), erisuguste istumise ja töötamise võimalustega ruume (2).

1.



2.



3.



4.



5.



Vittra Telefonplani kool. Stockholm, Rootsi. 2011.
Arhitekt: Rosan Bosch. Foto: Kim Wendt.
Vittra Telefonplan

Mitmekülgses kooliruumis on oluline mitmetikasutatavus. Astmestik (6) näiteks sobib nii esinemiseks kui pealtvaatamiseks, nii töö tegemiseks kui lõõgastumiseks. See vorm ei osuta kindlale ainuõigele tegevusele, vaid võimaldab mitmesuguseid. Seinte ja uste taha peidetud klasside asemel avarama ruumi loomine võib olla täitsa mõeldav lahendus paljudes Eestis levinud tüüpkoolimajades (7). Avarama ruumi liigendamine, näiteks vineerist vaheseintega pooltubadeks, võib jällegi olla väiksemat sorti töö, mille saab ette võtta koos õpilastega (8).

6.



7.



8.



6. Viljandi gümnaasium. Viljandi, Eesti. 2013.
Arhitekt: Salto. Foto: Karli Luik.
7. Kohandatav kool. Arhitektuursed võtted koolide rekonstrueerimiseks, Koeru kooli näitel. Magistritöö. 2015.
Autor: Kerstin Kivila. Illustratsioon: Kerstin Kivila.

8. Acadèmia Altimira sisekujundus. Cerdanyola del Vallés, Hispaania. 2014.
Arhitekt: Masquespacio. Foto: cualiti.
Acadèmia Altimira

ÕPPERUUM

Mitmekülgses koolis ei olegi paljudele tänastele koolimajadele omaseid klasse, mis on tihti äravahetamiseni sarnased ja mööbliga, mille ringitõstmine on keeruline. Kuidas võtta aga parim olemasolevast? Võib pakkuda erinevaid istumise valikuid (1), sealhulgas ka seisulaua taga töötamist või võimalust asendada tool palliga. Võib muretseda virnastatava või kokkupandava mööbli, mis lubab klassiruumi aeg-ajalt päris tühjaks teha ja teistmoodi kasutusele võtta (2, 3, 4).

1.



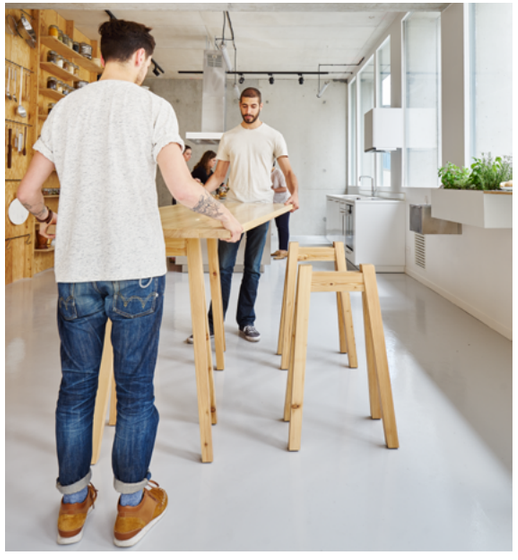
2.



3.



4.



1. **Saunalahti kool.** Espoo, Soome. 2012.
Arhitekt: Verstas Architects. Foto: Andreas Meichsner.
Saunalahden koulu

2. 3. 4. **Kialatoki kokandusklass.** Pariis, Prantsusmaa. 2015.
Arhitekt: Septembre. Foto: David Foessel.
Kialatok cooking class

KITSASSE RUUMI AVARAD VÕIMALUSED

Koridor on hea näide ruumi kõnekusest – lineaarne tühi ruum on peaaegu ilmselge väljakutse joosta, otsast otsani. Kui tormamist ei saa lubada, tuleb leida muid tegevusi. Koridori sobivad hästi kõõlumised, turnimised, pugemised, rippumised, tasakaalu hoidmised ja muud väikest pinda nõudvad pingutused ja lõõgastused. Installatsioon „Lendav vaip“ (1, 2) tekitab põneva laine, mille peale ja alla oma keha sobitada. Saksamaal Erika Manni kooli koridorides saab sama teha ennenägematu vormiga mööblil (3, 4 järgmisel leheküljel).

1.



2.

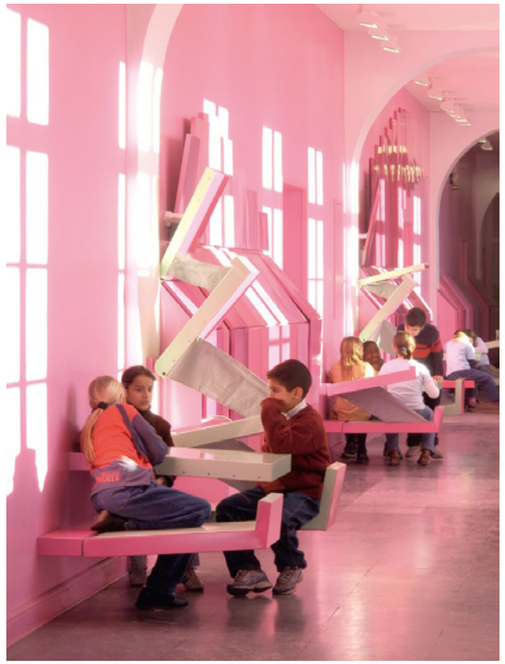


1. 2. **Lendav vaip.** Ann Arbor, Ameerika Ühendriigid. 2013.
Arhitekt: area-architecture. Foto: area-architecture.
Flying Carpet area architecture

3.



4.

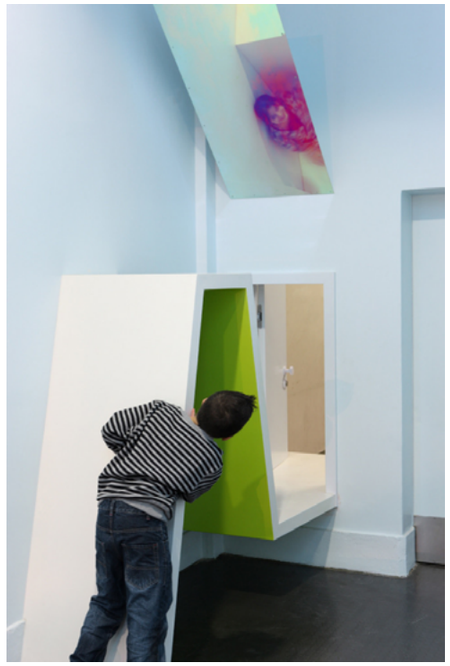


3. 4. **Erika Manni kool.** Berliin, Saksamaa. 2003 (renoveerimine).
Arhitekt: Die Baupiloten. Foto: Jan Bitter.
Erika-Mann-Grundschule

REKREATSIOONIRUUM LÕÕGASTAB JA VIRGESTAB

Carl Bolle koolis Saksamaal on väga lihtsate vormidega saavutatud omanäoline, tegutsemisele kutsuv keskkond. Põnevust lisab seinas asuv kitsuke pääs järgmisse ruumi ning kaldnurga all peegel.

1.



2.



1. 2. **Carl Bolle kool.** Berliin, Saksamaa. 2008 (renoveerimine).
Arhitekt: Die Baupiloten. Foto: Jan Bitter.
Carl-Bolle-Grundschule

Rahulikuma meeleolu loob näiteks suur aken loodusesse ning pehme mööbel, kus saab istumise asemel end korraks välja sirutada (1). Söökla, selle asemel, et olla kaks korda päevas toitumise konveier, võib olla keskne, avatud ja mitmeti kasutatav kohvikulaadne ruum (2). Põnevaid tulemusi võib anda ka ootamatute funktsioonide ühendamine – nagu näiteks köök-lava (3).

1.



2.



3.



1. **Manassas Parki kool.** Manassas Park, Ameerika Ühendriigid. 2009.
Arhitekt: VMDO Architects. Foto: Prakash Patel.
2. **Saunalahti kool.** Espoo, Soome. 2012.
Arhitekt: Verstas Architects . Foto: Andreas Meichsner.
Saunalahden koulu

3. **Fröbeli õppekeskus.** Melbourne, Austraalia. 2014.
Arhitekt: Steffen Welsch Architects. Foto: Shannon McGrath.
Froebel Early Learning Centre

KOOL ON ÕPETAJA TÖÖKESKKOND

Mõnikord kipub ununema, et kool on ka täiskasvanute ruum, õpetaja töökeskkond. Mugav, inspireeriv ja tervislikku eluviisi toetav tööruum lubab oma töökoha üle rõõmu ja uhkust tunda. Koolikogukonnale avatud tööruum toimib ka eeskujuna. Kui näiteks õpetajal on teistmoodi tool, paneb see õpilasi uurima, miks see selline välja näeb ja milleks see hea on.

Liikumine on kõigile hea ja lõbusalt aega veeta tahavad kõik. Millega saaksid teie kooli täiskasvanud õpilastele eeskujuks olla? Võib-olla on see midagi väga lihtsat – näiteks jala või jalgrattaga koolis käimine, võib-olla mõni jagatud huvi – näiteks lauatennis või jalgpall? Või niisama turnimine? Asendamatut eeskuju annab oma piiride ületamine – näiteks julgus proovida paari vabaviset kossukorvi all isegi siis, kui edukam ja loomulikum tunduks kaamel läbi nõelasilma ajada.

1.



2.



1. **Aktiivne istumine,** näiteks pallil, treenib rühti.
Foto: Weldon Kennedy.

2. **Kool võib olla tervislik töökoht** - kasuta võimalust koos õpilastega liikuda.
Foto: Dallas Morning News.

TREPIST – VÕI MITTE?

Ama'ri laste kultuurimajas pääseb teisele korrusele mitut moodi (1). Trepi kõrval paiknev ronimisnõlv pakub põnevust nii ronijaile kui ka pealtvaatajaile ning tüütuna tunduvale igapäevasele treppidest käimisele tekib lihtne ja seikluslik alternatiiv.

1.



1. **Ama'ri laste kultuurimaja.** Kopenhaagen, Taan. 2013.
Arhitekt: Dorte Mandrup Arkitekter. Foto: Dorte Mandrup Arkitekter.
Børnekulturhus Ama'r

Panta Rhei koolis on laiadele astmetele lisatud puidust plokid (2), et tekitada trepile istumiseks mugav kõrgus ja puhkeruum, Guldbergi koolis võib aga katuselt liutoru mööda lasta (3) (et jälle uuesti treppi mööda üles ronida).

2.



3.



2. **Panta Rhei kool.** Amstelveen, Holland. 2009.
Arhitektid: i29 (sisearhitektuur), Snelder (arhitektuur). Foto: i29.
Panta Rhei School

3. **Guldbergi kool.** Kopenhaagen, Taani. 2009.
Arhitekt: JJW. Foto: Google Street View.
Guldberg Skole

NAGU SEINAGA MÄNGIKS!

Ka tasapinnaline sein võib panna ruumis olija liikuma või tegutsema. Võib-olla kutsub see oma jälge jätma nagu Eesti tekstiilikunstniku ja disaineri Kärt Ojavee loodud materjal, mis reageerib puudutusele (1)? Ehk peibutab sein uurima erinevaid vaatenurki ja leidma üht täiuslikku punkti nagu Austraalias asuva Eureka torni parkimismaja mänguline infograafika (2)? Võib-olla on see koht, kus täpsust ja osavust harjutada(3)?

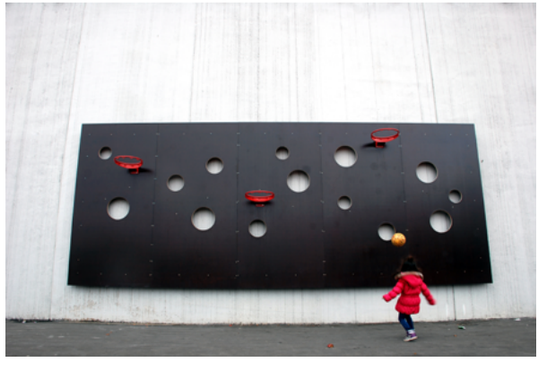
1.



2.



3.



1. Interaktiivne tekstiil SymbiosisW. 2010.
Autorid: Kärt Ojavee, Eszter Ozsvald. Foto: Anu Vahtra.
3. Hedehusene kultuuri- ja spordiplats. Hedehusene, Taani. 2013.
Arhitekt: LIW Planning. Foto: Alexandra Quaade del Campo.
Kultur- og aktivitetsplads i Hedehusene

2. Eureka torni parkimismaja infograafika. Melbourne, Austraalia. 2006.
Autor: emerystudio. Eureka Tower Car Park infographics

LAGI ON TAGURPIDI PÕRAND

Kuidas saab lagi kasulik olla? Drachenhöhle lasteaias on lakke (ja põrandasse) kinnitatud turnimiseks mõeldud lihtsad kooritud puuoksad. Oksaharude vahele on lisatud mõned täiendavad pulgad jala- või käetugedeks.



Drachenhöhle lasteaed. Berliin, Saksamaa. 2013.
Arhitekt: baukind. Foto: Marcus Ebener.
Kita Drachenhöhle

Sct. Nicolai laste kultuurimaja asub 19. sajandi lõpus ehitatud hoones. Renoveerimise käigus loodi sinna väike elamusruum – elevust tekitava klaasist põrandaga mängunurk. Läbipaistev põrand kutsub nii allolijatega visuaalselt suhtlema kui ka majas liikuma, et oma mängukaaslasi ise altpoolt näha.



Sct. Nicolai laste kultuurimaja. Kolding, Taani. 2008 (renoveerimine).
Arhitekt: Dorte Mandrup Arkitekter. Foto: Dorte Mandrup Arkitekter.
Sct. Nicolai børnekulturhus

RÄNDAVAD OBJEKTID

Mõni ruumilahendus ei peagi olema püsivalt kinnitatud, vaid võib koolimajas ringi rännata ja peatuda seal, kus parajasti mugav või sobilik. Sibularõngad (1) on paksust korkmaterjalist painutatud ribad, mille sees ja vahel saab turnida, rippuda, kiikuda. Vahtplastist ehitusmoodulid (2) võimaldavad aga lõputult uusi ja erilisi maailmu luua.

1.



2.



1. Sibularõngad. Lissabon, Portugal. 2009.
Autorid: Caterina Tiazzoldi, Eduardo Benamor Duarte.
Foto: Caterina Tiazzoldi.
Onion Pinch

2. Näitus "Mängi, tööta, ehita".
National Building Museum, Washington, D.C., Ameerika Ühendriigid. 2012.
Autor: Rockwell Group. Foto: Kevin Allen.
Play Work Build

TEE ISE! ISTUNG

Pole vist päeva, mis läheks mööda ilma, et me lühemalt või pikemalt istuksime. See on üks loomulikumaid tegevusi – isegi niivõrd, et unustame tähelepanu pöörata, kus, kuidas või kui kaua istume.

Istumine ei mõjuta mitte ainult iga inimest eraldi, vaid ka meie kogukonnana ja ühiskonnana toimimist. Seda on lihtne järgi proovida ühes tavalises klassis. Ühtlasi on see esimene samm klassiruumi muutmisel ja teistmoodi kasutamisel.

Laudu ei lähe selle ülesande jaoks vaja, need võib eest ära lükata, näiteks seina äärde. Olulised on toolid. Proovige järgi, kuidas on omavahel suhelda ja toimida ühtse kogukonnana toolidel, mis on paigutatud järgnevalt:

1) nagu tavalises klassis (või teatris)
2) nagu bussis
3) juhuslikult ehk pilla-palla
4) ringis, aga näod väljapoole
5) ringis, näod sissepoole
6) vastastikku kahes reas
7) poolkaares (ridadena, kui on palju inimesi) + 2-3 inimest ridade ees, näoga nende poole
8) nagu kohvikus

Iga olukorda peaks testima ühise aruteluga. See võiks olla midagi äärmiselt lihtsat, kuna oluline on märgata arutelu sisu kõrval selles osalemise eripära, mugavust või ebamugavust. Näiteks võib püüda jõuda üksmeelele, kumma kasuks kahest valikust klass ühiselt otsustaks: 5 km jooks või 10 km kõnd, punane või sinine, ämber või kühvel, laupäev või pühapäev jne.

Milline toolide paigutus soosis arutelu ja tundus selleks mugav?
Milline oli arutlemiseks kõige ebamugavam? Millises olid osalejad võrdsed?
Millises ebavõrdsed? Miks? Kus oli lihtne oma arvamus välja öelda?
Kus jäädi passiivseks?

UURI RUUMI!

1.



2.



3.



1. Creative Commonsi töötajad Mozilla festivalil. Foto: Christos Bacharakis.
3. Vabad toolid Tallinna Raekoja platsil. Foto: 52 üllatust ja ideed.

2. Eesti Kunstiakadeemia sisearhitektuuri üliõpilaste tantsulise liikumise ülesanne. Foto: Mari Hunt

KOOLIMAJA KUTSUB LIIKUMA!
Näiteid liikumist toetavatest ruumilistest lahendustest

liikumislabor.ut.ee

Väljaandja:
Tartu Ülikooli kehakultuuriteaduskonna liikumisharrastuse käitumuslik probleemlabor

Koostajad:
Kadri Klementi, Karin Tõugu, Grete Arro, Merike Kull, Aave Hannus

Keeletoimetaja:
Inga Kukk

Kujundaja:
Carl-Robert Kagge (Studio LE60)

Trükk:
Ilotrükk
Tallinn, 2015

Kirjatüüp:
Brix Sans

Paber:
Ensocoat 275g
Munken Lynx 120g

Tänname/Thank you:
The editors of this booklet wish to thank all architects, authors and photographers who kindly shared their projects and images with us.

Trükise koostamist ja väljaandmist toetab Euroopa Regionaalarengu Fond programmi TerVE raames, mida viib ellu sihtasutus Eesti Teadusagentuur.

TARTU ÜLIKOOL 1632

b210 arhitektuuribüroo

Eesti Teadusagentuur
Estonian Research Council

TerVE

Euroopa Liit
Euroopa Regionaalarengu Fond

Eesti tuleviku heaks

The editors of this booklet have made their best effort to contact copyright holders of the images used. If you claim ownership of any of the images and have not been properly identified, please contact us and we will be happy to make a formal acknowledgement in the accompanying online resources.

© autorid



